

6月給食だより

2024年5月31日
町田市立金井小学校
校長 須藤潤一郎
栄養士



運動会が終わり、梅雨の季節がやってきます。気温や湿度が高く、食中毒が発生しやすい時期です。給食室でもより一層、衛生管理に気を付けてまいります。ご家庭でも手洗い・うがいをしっかりして食中毒を予防しましょう。

食中毒予防の3原則



6月は食育月間です

「食べる力」＝「生きる力」です。食育は、健全な心と体を培い、豊かな人間性を育てていくことにつながります。

食育で育てたい「食べる力」

1 心と身体の健康を維持できる 	2 食事の大切さや楽しさを理解する 	3 食べ物の選択や食事づくりができる
4 一緒に食べたい人がいる 	5 日本の食文化を理解し伝えることができる 	6 食べ物や作る人への感謝の心

学校では、給食や授業を通じて、このようなことを子供たちに伝えています。ご家庭でもできることから、ぜひ食育を始めてみませんか。

家庭でもできる食育

こんなことも食育です

買い物や料理など、一緒に食事の支度をする

地域の郷土料理や行事食を味わう



食器の準備や片付けを手伝ってもらう

家族や仲間と楽しく食卓を囲む

旬の食材を味わう

6月の給食費は7月1日(月)が引落日です。口座残高の確認をお願いいたします。

5月の給食よい

グリーンピースのさやむき

2年生がグリーンピースのさやむきを行いました。
その日の給食で、ピースわかめごはんとして提供しました。



2年生からは、「甘い!」「苦手だったけど食べられた!」「好きにはならなかったけど、食べられるようになった」などの声が聞かれました。また、他学年からも、「2年生がむいてくれたグリーンピースはおいしかった」という感想がありました。

5月の給食室へのお手紙

春キャベツがやわらかくて
春を感じられました。

まち☆ベジのなすがおいしかった
です。なす嫌いでもおかわりしちゃ
いました。

町田の大根ときゅうり
がおいしかったです。

給食レシピ紹介～華風漬け～

<材料(5人分)>

きゅうり・・・100g
大根・・・・・・150g
塩・・・・・・小さじ1/4
砂糖・・・・・・小さじ2と1/2
しょうゆ・・・・小さじ2と1/2
ごま油・・・・・・小さじ2と1/2
一味とうがらし・・・少々
白炒りごま・・・・・・小さじ1弱

<作り方>



- ① 大根はいちょう切り、きゅうりは輪切りにする。
- ② 大根は好みのかたさに、きゅうりはさっとゆでて水にとり、冷やす。
- ③ 調味料をあわせておく。
(給食では調味料も加熱して冷やします。)
- ④ 野菜の水気をきり、野菜と調味料をあえる。
- ⑤ 30分ほどおき、ごまをふる。

5月の給食で使用した主な生鮮食品等の産地

品目	産地	品目	産地	品目	産地
大根	町田	赤パプリカ	静岡	乾燥なす	町田
キャベツ	町田・神奈川・茨城	みつば	静岡	ししゃも	ノルウェー
人参	町田・千葉・静岡・徳島	にんにく	青森	きす	タイ
きゅうり	町田・群馬	ねぎ	茨城	むきえび	インド
小松菜	東京・神奈川	しょうが	高知	ぶり	長崎
かぶ	東京	ピーマン	茨城	ほっけ	ロシア・アメリカ
グリーンピース	福岡・北海道	エリンギ	長野	メルルーサ	アルゼンチン・ウグアイ
ホールコーン	北海道	れんこん	茨城	鶏肉	岩手
玉ねぎ	北海道・佐賀・兵庫	ごぼう	青森	豚肉	群馬・神奈川
じゃがいも	鹿児島・長崎	美生柑	愛媛	卵	栃木 その他
セロリ	福岡・長野	カラマンダリン	愛知	米	佐賀・熊本
アスパラガス	新潟	デコボン	熊本	牛乳	全国

